SENDERISMO EN LAS AZORES

ISLA DE SÃO MIGUEL

muntania
Tu agencia de viajes

CICMA: 2608
+34 629 379 894
www.muntania.com
info@muntania.com

ÍNDICE

1 Presentación 1
2 Datos básicos 2
2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje 2
3 Destino 2
4 Programa 3
4.1 Programa resumen 3
4.2 Programa detallado 4
5 Más información 6
5.1 Incluye 6
5.2 No incluye 7
5.3 Material necesario 7
5.4 Observaciones 7
5.5 Enlaces de interés 9
5.6 Puntos fuertes 9
5.7 Otros viajes similares 9
6 Contacto 9

1 Presentación

Muntania te propone descubrir los rincones más emblemáticos de la isla de **São Miguel** en las **Azores**. Visitar las **Azores** es penetrar en un mundo donde la Naturaleza muestra toda su exuberante belleza y donde la presencia humana es fácilmente olvidada sintiéndonos transportados a un universo primitivo.

Durante siete días recorreremos con excursiones fáciles, la isla de **Sao Miguel** para que puedas conocer lugares tan especiales como los cráteres de **Siete Ciudades, el Salto do Cabrito o los Lagos de Fogo**

La **isla de Sao Miguel** impresiona a los viajeros por la variedad de paisajes que ofrece a todo el que la visita volcanes, lagos, bosques y plantaciones de tabaco y té.

Un viaje fascinante que no te dejará indiferente.

2 Datos básicos

Destino: Isla de São Miguel - Azores
Actividad: Senderismo
Nivel: NF*/**- NT **
Duración: 7 días.
Época: Todo el año.
Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

2.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	sup. A 23 km	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel *** con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km)

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

Observaciones. Excursiones aptas para gente activa que camina por la montaña los fines de semana y que es capaz de hacer desniveles de entre 300 y 500 metros diarios a ritmo tranquilo con una duración entre 5 y 6 horas incluyendo paradas.

Itinerarios que se hacen enteramente caminando.

3 Destino

Localizadas en pleno océano **Atlántico, entre Europa y América del Norte,** las **Islas Azores** están situadas en el paralelo de Lisboa. Las nueve islas poseen una superficie total de 2.333 km2, oscilando ente los 747km2 **de São Miguel** y los 17km2 de la menor de las islas, Corvo. El cono volcánico de **Pico**, situado en la isla del mismo nombre, representa con sus 2.351m de altitud la mayor altitud de las Azores y de **Portugal**. La población de la región es de unos 250.000 habitantes.

El origen volcánico de las **Azores** y su desarrollo a lo largo de muchos milenios las convierte en un museo vivo de decenas de curiosos fenómenos volcánicos. A las formas redondeadas de las calderas, colmatadas muchas de ellas por lagunas, se unen las cuevas y largas galerías formadas por las erupciones, las superficies negras de las filtraciones de lava y el vapor de las fumarolas.

Las Azores gozan de un clima templado todo el año, sin grandes variaciones de temperatura, oscilando entre 14 y 24ºC por la influencia de la **Corriente del Golfo**. Decenas de reservas naturales, áreas de paisaje protegido, parques y áreas forestales preservan los ecosistemas del archipiélago. Las casi 60 plantas vasculares endémicas, muchas de ellas pertenecientes a las reliquias del Terciario del bosque de laurisilva, hacen de las Azores un interesante jardín botánico natural. El mar de las Azores, con presencia de grandes cetáceos y ricos fondos marinos, también ofrece un buen complemento a los amantes de la naturaleza salvaje.

Utilizando materiales locales los artesanos de las **Azores** mantienen vivas las tradiciones seculares. Desde cerámicas de colores hasta delicados bordados o encajes, trabajos en hueso y dientes de cachalote, frágiles flores realizadas en escamas de pescado, piezas ejecutadas en madera de meollo de higuera y de hortensia, mantas tejidas en telares manuales, miniaturas de las elegantes canoas balleneras y trabajos en basalto negro.

La presencia histórica de los portugueses se inicia en 1427 con las primeras carabelas que arribaron a las **islas de Santa María y São Miguel,** a las que siguió el progresivo poblamiento de las nueve islas. Durante los siglos XVI y XVII el archipiélago se convierte, debido a su situación geográfica, en uno de los ejes de navegación entre Europa, Oriente y América. En este período se entablan en los mares de las **Azores** importantes batallas navales, mientras que las islas eran blanco del ataque de corsarios y piratas. Al mismo tiempo este fue un período de intensa construcción en las islas, quedando interesantes ejemplos de arte civil y religioso, sobre todo del barroco que en el archipiélago tiene características específicas derivadas de la adaptación a los materiales disponibles y también del propio distanciamiento de las islas con respecto a los centros culturales del continente. Los siguientes siglos asistieron al desarrollo del archipiélago, a la introducción de nuevos cultivos y al fomento de la ganadería y la pesca. Integradas desde siempre en **Portugal**, las **Azore**s son hoy una **Región Autónoma** con asamblea y gobierno propios.

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (kilómetros, desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. **Viaje a São Miguel.** Traslado a Caldeiras (28km) . **Salto do Cabrito (3h)**

Distancia 6 km Desnivel +250 m, Desnivel - 250m. Duración 3h.

Día 2. **Lagunas de Sete Cidades**.

Distancia 20 km Desnivel +600 m, Desnivel - 600m. Duración 6h.

Día 3. **Cha Gorreana, Praia da Viola y Ribeira Funda**

Distancia 6 km Desnivel +350 m, Desnivel - 350m. Duración 2h.

Distancia 5 km Desnivel +50 m, Desnivel - 300m. Duración 2h.

Distancia 4 km Desnivel +250 m, Desnivel - 250m. Duración 2h.

Día 4. **Lagoa do Fogo**

Distancia 11 km Desnivel +450 m, Desnivel - 450m. Duración 4h

Día 5. **Trilho do Agriao y Salto do Prego**

Distancia 9 km Desnivel +400 m, Desnivel - 400m. Duración 3h

Distancia 4 km Desnivel +250 m, Desnivel - 250m. Duración 2h

Día 6. **Lagoa das Furnas**

Distancia 11 km Desnivel +150 m, Desnivel - 150m. Duración 3,30 h

Día 7. **Ponta Delgada. Vuelo São Miguel – Madrid.**

4.2 Programa detallado

Día 1. **Viaje a São Miguel.** Traslado a Caldeiras (28km) . **Salto do Cabrito (3h)**

Comenzaremos bajando a **Ribeira Grande** hasta llegar a un sendero que, entre bosques espesos, nos lleva hasta una construcción hidráulica. Aquí subimos por una escala metálica que nos llevará por pasarelas de rejilla por encima de la tubería recorriendo una estrecha garganta hasta la central eléctrica, donde llegaremos bajando por otro largo tramo de escala metálica. Detrás de la central encontramos el increíble Salto do Cabrito, compuesto por varios tramos de cascadas y una espléndida poza. El camino de vuelta lo haremos por la pista que remonta el valle, en un tramo espectacular, internándose en el bosque y bajando por un tramo de escalones cubiertos por vegetación. Cruzaremos la garganta por un bonito puente de piedra también comido por la vegetación y en un corto, empinado y resbaladizo tramo llegaremos al cruce de la pista. Bajaremos por ella y por el tramo de carretera llegaremos de vuelta a **Caldeiras.** Al acabar traslado a Ponta Delgada (25km). Tiempo libre, alojamiento y cena en el hotel.

Distancia 6 km Desnivel +250 m, Desnivel - 250m. Duración 3h.

Día 2. **Lagunas de Sete Cidades**.

Traslado hasta el **Mirador de Vista do Rei** (25km) para iniciar nuestra ruta .

En primer lugar nos deleitaremos con las magníficas vistas que podremos disfrutar desde el mirador de **Vista do Rei.** La ruta transcurre por el cordal de la vertiente oeste de la caldera de **Sete Cidades**. En esta parte de la ruta se puede observar a la derecha la **Caldera Seca** y las lagunas menores de Sete Cidades (Santiago, Rasa y Verde), así como la Laguna Azul al fondo, y a la izquierda la formidable costa oeste de la isla. El camino se interna en el bosque de **Sete Cidades,** catalogado como Paisaje Protegido. Tras descansar en la confluencia de las lagunas emprenderemos de nuevo el camino. La ruta bordeará la **Laguna Azul** por su vertiente norte y en este tramo podremos obtener magníficas panorámicas de toda la caldera y pasando por un acueducto llegaremos al área recreativa de **Mata do Canário.** Traslado a Ponta Delgada (25km). Tiempo libre. Cena y alojamiento en el hotel.

Distancia 20 km Desnivel +600 m, Desnivel - 600m. Duración 6h.

Día 3. **Cha Gorreana, Praia da Viola y Ribeira Funda**

Hoy nos dedicaremos a la **costa norte** de la isla. Traslado hasta **São Bras** (34km) para iniciar nuestra primera ruta del día.

Azores es el único lugar de **Europa** donde se cultiva el **té**. Esta ruta comienza y termina en las inmediaciones de la fábrica de té **Cha Gorreana**, internándose por los campos de cultivo, con algunas construcciones antiguas y vistas panorámicas sobre la costa. Para terminar podremos tomarnos un estupendo té en la visita a las instalaciones de la fábrica.

Distancia 6 km Desnivel +350 m, Desnivel - 350m. Duración 2h.

Traslado hasta **Lomba da Maia** (6km) para iniciar nuestra segunda ruta del día.

En **Lomba da Maia** comenzaremos a caminar para acercarnos a la costa por praderas y disfrutar de las vistas panorámicas de este tramo del norte de la isla. **Maia, Ponta Formosa y Ponta do Cintrao** serán algunos de los puntos de interés que podremos observar desde los miradores. Descenderemos por el río **Ribeira do Salto**, donde podremos encontrar algunos molinos. Así llegaremos a la hermosa Praia da Viola, donde podremos darnos un merecido baño en una de las más bellas playas de **Azores.** Terminaremos nuestra ruta en **Maia,** para descansar y tomar algo en su pequeño puerto.

Distancia 5 km Desnivel +50 m, Desnivel - 300m. Duración 2h.

En **Ribeira Funda,** una pedanía de **Fenais da Ajuda**, comienza y termina esta pequeña ruta circular. La ermita de **Nossa Senhora da Afliçao** será nuestro primer punto de interés. Pero será el conjunto de molinos hidráulicos y saltos de agua de **Ribeira Funda** los que centrarán nuestra atención. Una levada en ruinas y las vistas de la costa serán también objeto de nuestra ruta. Existe un punto del camino, la **Rocha do Padre do Norte**, no apto para gente con vértigo. Al acabar Traslado a Ponta Delgada (43 km). Cena y alojamiento en el hotel.

Distancia 4 km Desnivel +250 m, Desnivel - 250m. Duración 2h.

Día 4. **Lagoa do Fogo**

Traslado hasta **Rocha dos Campos** (23km) para iniciar nuestra ruta. Se comienza en **Praia** y se interna enseguida por una zona forestal por donde ascenderemos hasta una *levada* (canal de agua) por la que caminaremos con precaución por la humedad del suelo. Disfrutaremos de las áreas de laurisilva con vegetación endémica y de las maravillosas vistas de la costa sur de **São Miguel** en las zonas más abiertas. La llegada a la **Laguna de Fogo** nos dejará boquiabiertos. La vuelta la haremos por el mismo camino. Traslado **a Ponta Delgada** (23km). Cena y alojamiento en el hotel.

Distancia 11 km Desnivel +450 m, Desnivel - 450m. Duración 4h

Día 5. **Trilho do Agriao y Salto do Prego**

Traslado hasta **Ribeira Quente** (53km) para iniciar nuestra ruta. Esta ruta comienza en **Ribeira Quente.** Tomaremos un bonito camino que cruza un puente de madera. Enseguida subiremos por la **Lomba do Cavaleiro** con estupendas vistas de **Graminhais, Sete Lombas de Povoaçao** y la máxima altura de la isla: el **Pico da Vara**. En este tramo la laurisilva hace acto de presencia y podremos observar diversas plantas endémicas como la

***figueira brava* y el *bracel da rocha*.** Pasaremos por el **Ponte de Ferro**, un magnífico puente centenario de decenas de metros de altura que se encuentra sobre el río **Ribeira de Pelanes**. Pasaremos por las ruinas de un antiguo molino y llegaremos al puerto de **Povoaçao,** donde termina nuestra ruta y podremos descansar tomando algo en alguna terraza.

Distancia 9 km Desnivel +400 m, Desnivel - 400m. Duración 3h

Traslado a **Faial da Terra** (10km) para iniciar nuestra segunda ruta del día. Desde la población costera de **Faial da Terra** comenzaremos a caminar remontando el curso del río, que lleva agua durante todo el año. La ruta llega hasta la bonita cascada de **Salto do Prego,** inmersa en un espeso bosque. A la vuelta nos desviaremos para visitar el pintoresco poblado de **Sanguinho,** en proceso de rehabilitación. Traslado a **Ponta Delgada (**65km). Cena y alojamiento en el hotel.

Distancia 4 km Desnivel +250 m, Desnivel - 250m. Duración 2h

Día 6. **Lagoa das Furnas**

Traslado hasta **Furnas** (44km) para iniciar nuestra ruta senderista. Comenzaremos nuestra ruta en **Tres Bicas,** una pedanía de Furnas. En esta zona del parque natural **Terra Nostra** podremos encontrar paisanos preparando guisos tradicionales aprovechando las altas temperaturas del suelo. Nuestra ruta bordeará todo el lago por un cómodo sendero, pasando por la hermosa ermita **Nossa Senhora das Vitórias**, construida en el S.XIX en estilo gótico. Volveremos a **Furnas** por el mismo camino. Traslado a **Ponta Delgada** (44km). Cena y alojamiento en el hotel.

Distancia 11 km Desnivel +150 m, Desnivel - 150m. Duración 3,30 h

Día 7. **Ponta Delgada.**

Mañana libre en la ciudad que aprovecharemos para visitar algunas de las muchas atracciones turísticas que ofrece **Ponta Delgada** y alrededores.

Vuelo São Miguel – Madrid.

Traslado al aeropuerto, vuelo de vuelta a Madrid y fin del viaje.

5 Más información

Precio. 775 euros. (suplemento individual 160 euros)

5.1 Incluye

- Guía de montaña durante todo el viaje.
- 6 noches en hotel en MP. Posibilidad de habitación individual (consultar).
- Transporte privado.
- Seguro de accidentes.
- Gestión del viaje.

5.2 No incluye

- Billete de avión. (Posibilidad de gestionarlo a través de Muntania)
- Almuerzos
- Cualquier actividad adicional.
- Entradas a sitios o lugares históricos

5.3 Material necesario

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Le asesoraremos para que la mochila no pese más de 4-6 kilos.

- Mochila (entre 20-30 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña según el trekking.
- Bastones telescópicos.
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio.
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa cortavientos).
  - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Bañador
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.

5.4 Observaciones

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y adaptaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Dos semanas antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además mandaremos más información útil que le facilitarán los preparativos finales.

Seguro de la actividad

Seguro de la actividad. Seguro de accidentes y rescate incluido (no es un seguro de viaje) y **seguro de viaje** (también de accidentes y rescate pero mejor cobertura) **no incluido.**

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes**, pero sin ninguna duda, **si usted hace montaña de forma regular y además viaja**, **le recomendamos un seguro de viaje** que además le **cubre muchas actividades deportivas** y si además contrata "**con cancelación**" tendrá una cobertura más completa. Puede contratar el seguro de viaje por el periodo de tiempo que dura la actividad o el seguro anual (fecha de inicio el día que usted decida) que le cubrirá no sólo la actividad que realice con Muntania Outdoors sino también otras muchas actividades deportivas que haga durante el año.

Con cancelación, si usted o un familiar tiene algún percance antes o durante la actividad, tendrá derecho a la devolución del importe pagado (o una parte si ya está en el periodo de tiempo que se desarrolla la actividad) tanto en los billetes como en el propio viaje. Además, a través del seguro de viaje tendrá cubierto los gastos por un regreso anticipado.

El Seguro de viaje lo gestionamos con **Intermundial** y el coste es menor a través de Muntania Outdoors que si lo gestiona usted de forma directa. El seguro de viaje con cancelación que gestionamos permite una devolución de hasta 900 euros para viajes en España y hasta 2.000 euros para viajes en el extranjero . Si el importe del viaje más vuelo es mayor se puede ampliar la cantidad que quiera usted asegurar (consultar).

Seguro **intermundial** (seguro de viaje + actividad deportiva) tramitado por Muntania Outdoors (precios válidos para seguros tramitados hasta el 30 de noviembre del año en el que se le manda este programa).

- Periodo de cobertura hasta **10 días**. **Europa 64,75 euros**. **Mundo 114 euros**
- Periodo de cobertura **1 año**. **Europa 118,25 euros**. **Mundo 118,25 euros**
- **Con cancelación** periodo de cobertura **hasta 10 días**. **Europa 79,75 euros**. **Mundo 136 euros**
- **Con cancelación** periodo de cobertura **1 año**. **Europa 140,25 euros**. **Mundo 140,25 euros**

*Otros seguros con Intermundial. **Seguro de cancelación: Anulación Plus y Anulación Élite** (solo cubre los gastos de cancelación del viaje previo al día de partida por alguna causa). Ideal para aquellas personas que tienen algún familiar del que tienen que estar pendientes u otras causas (pedir documento de estos dos seguro para ver coberturas).

<u>Seguro de accidentes y rescate incluido</u>

**Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº POLIZA J-2421 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h +34 93 366 95 81 (es el número de contacto de la empresa aseguradora AXA).

*** Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

**** Fuera de la unión europea funciona con reembolso de gastos, por lo cual el cliente presenta la factura y posteriormente la compañía aseguradora realizará el pago. En Europa si dispone de la tarjeta sanitaria europea, pagará la diferencia de tasas y luego la compañía abonará la diferencia de tasas.

En resumen, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

5.5 Enlaces de interés

- https://www.visitportugal.com/es/destinos/acores

5.6 Puntos fuertes

- Grupo reducido (de 4 a 8 personas).
- Espectaculares vistas.
- Gran variedad paisajística.
- Buen clima.
- Buena gastronomía.

5.7 Otros viajes similares

- Ascensión al Teide. Tenerife, Islas Canarias
- Senderismo suave en La Gomera y Tenerife. Islas Canarias
- Senderismo en el Mediterráneo. Andalucía. Cabo de Gata y la Axarquía
- Senderismo en los Picos de Europa. Recorridos a tu alcance
- Senderismo en el P.Nat. de la Sierra de Guara y Prepirineo de Huesca. Alquezar, Rodellar y los Mallos de Riglos
- Senderismo en el Pinsapar. Paque Natural de Grazalema. Andalucía

6 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).